



Dimanche 23 Mars de 10h à 12h30, Petits Piliers au Château Livran

Au programme :

. Exercices sur les 8 principes essentiels à mettre en oeuvre pour progresser dans sa pratique: arrondi, unifié, centré, plein, relâché, vif, lié, efficace

. Taoïsme et connaissance de soi: à travers la carte de la culture de la perfection (Nei Jing Tu), une approche philosophique et alchimique du corps en lien avec la médecine traditionnelle chinoise

. Pratique d'une méditation taoïste

Tarif : 20 euros (15 euros pour les élèves) , inscription obligatoire auprès de Florence au 06 69 26 23 32 ou par mail

Cours de Qi Gong dominical en extérieur, à Hourtin Port

Nos prochaines dates

. Dimanches 30 Mars de 11h à 12h

. Dimanche 13 Avril de 10h30 à 11h30

Tarif: 5 euros , réservation recommandée par SMS si première venue , auprès de Florence 06 69 26 23 32

Stage Eté Qi Gong et Nature en Ardèche du 2 au 9 Août 2025

Les inscriptions sont ouvertes

[PROGRAMME DETAILLE](#)

" Eau de Printemps - la roche étreint - jamais ne s'empare " Haiku de Natsume Soseki

[NOTRE SITE : www.ecoletaoducoeurmedoc.com](http://www.ecoletaoducoeurmedoc.com) [CONTACT Florence au 06 69 26 23 32](mailto:florence@ecoletaoducoeurmedoc.com)

[Se désinscrire](#) - [Signaler un abus](#)

